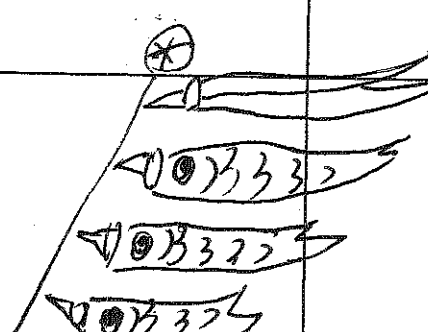


エンジュ 献立表

2026年(令和8年)5月 第2週分

※材料の都合により変更することがあります。

日/曜	献立	材料	栄養成分
4 (月)	祝日のため		エネルギー kcal 蛋白質 g 脂質 g 炭水化物 g 塩分 g
5 (火)	お休みさせていただきます		エネルギー kcal 蛋白質 g 脂質 g 炭水化物 g 塩分 g
6 (水)			エネルギー kcal 蛋白質 g 脂質 g 炭水化物 g 塩分 g
7 (木)	カレーのみそみょうが焼き 肉じゃが 彩り野菜のキッシュ もずくとろろ	カレー、みょうが、葱、みそ 豚肉、じゃが芋、人参、白滝、玉葱 ミックス野菜(ブロッコリー、人参、パプリカ) マヨネーズ、牛乳、卵、生クリーム、牛乳 味付もずく、刻みとろろ、紫玉葱	エネルギー 568 kcal 蛋白質 28.2 g 脂質 18.8 g 炭水化物 45.3 g 塩分 2.3 g
8 (金)	グリーンピースごはん 豚の味噌天ぷら キャベツとちくわつの和風サラダ きのこのおろしおえ 栗茸の土佐煮	精白米、缶グリーンピース 豚肉、大葉、白生姜、味噌、砂糖、卵 キャベツ、ちくわつ、かにかま、わかめ、みそ きのこのみックス、大根おろし、ごぼう 栗茸、かつお節	エネルギー 568 kcal 蛋白質 26.9 g 脂質 16.3 g 炭水化物 40.3 g 塩分 3.2 g


エンジュにウイークに入り、3日間ご不便
おかけします。暦は立夏を迎え、8月の立秋
前日打が夏とされます。今年は気象庁が、気温40℃
以上を酷暑日と定めるので、厳しい暑さが予想されます。
今の時期、少しお身体を動かして、慣らしておきたいおね
して、連休明けの8日はグリーンピースごはん、初夏の
豚の短い時期の旬の味をお楽しみください。
お返ししたグリーンピース入元気があります!

管理栄養士 杉山久美

食中毒などの事故を防ぐために...ご注意!

- お弁当は、午後2時までに食べて下さい
- 配達された後、すぐに食べない時は、冷蔵庫や保冷剤の入った箱などに入れて下さい
- 残ったご飯やおかずは捨てて下さい
- お弁当箱は水洗いの上、お返し下さい
- 材料の都合によりメニューを変更する事がありますので、ご了承ください

キャンセルや留守にされる場合は必ず前日までにご連絡下さいネ!



保冷剤とクーラーボックスを無料でお貸しします。必要な方は申し付けください。

エンジュは...

- ◎高齢の方、障害を持つ方、介護をされている方、ひとり親家庭など食事づくりに困っていらっしゃる方に昼食(お弁当)の宅配サービスを行っています(希望された曜日に継続して頂くサービスです)
- ◎月曜～金曜のうち予め希望された曜日に毎週お届けします
- ◎お値段→1食650円です
- ◎表示の栄養成分は基本の老人食(ごはんA150g)の値です

公益社団法人やどかりの里 エンジュ
 <お問い合わせ> 048-686-7875 (直通)
 (受付時間→土・日・祝日をのぞく、午前9時～午後5時)
 〒337-0042さいたま市見沼区南中野286-1 FAX:048-686-7985